

2021/7月



認定こども園どんぐり

日	曜		3時おやつ
1	木	ジャムパン,ポークビーンズ,小松菜のサラダ,バナナ	牛乳,鮭わかめおにぎり
2	金	☆夏まつりお楽しみメニュー☆	牛乳,アイスクリーム
3	土	鶏肉の照り焼き丼,おからサラダ,大根となめこみそ汁	牛乳,韓国風おやき
4	日		
5	月	ごはん,魚の香り焼き,枝豆の白和え,五目みそ汁	麦茶,豆乳ケーキ
6	火	ごはん,なすと豆腐のそぼろ煮,トマトとはるさめのサラダ,にら玉スープ	牛乳,黒糖蒸しパン
7	水	七夕そうめん,鶏天,ほうれん草とコーンのごま和え,すいか	牛乳,キラキラゼリー
8	木	パン,スパニッシュオムレツ,ゆで野菜,豆乳スープ	牛乳,枝豆おにぎり
9	金	ごはん,シウマイ,ほうれん草のナムル,中華コーンスープ	牛乳,パンプティング
10	土	ごはん,ひじきの厚焼き卵,鶏ささみと野菜のたっぷりあえ,豆腐とわかめのみそ汁	牛乳,いちごジャム蒸しパン
11	日		
12	月	ごはん,鮭のみそマヨ焼き,きゅうりとえのきたけの酢の物,厚揚げとごぼうのみそ汁	牛乳,メロンパン風クッキー
13	火	ごはん,豆腐の肉あんかけ,マカロニサラダ,なすとチンゲン菜のみそ汁	牛乳,オレンジゼリー,ビスケット
14	水	キッズピビンバ,はるさめと豆腐のスープ,ミックスフルーツ	牛乳,きな粉ラスク
15	木	手作りホットドッグ,ブロッコリーとトマトのサラダ,鮭のクリームシチュー	牛乳,あずき豆腐団子
16	金	ごはん,豚こま天,きゅうりの華風サラダ,かき玉汁	牛乳,チーズいももち
17	土	プルコギ丼,キャベツの昆布サラダ,豆腐と青菜のとろみスープ	牛乳,ココアホットケーキ
18	日		
19	月	ごはん,ししゃものチーズフライ,パスタサラダ,じゃがいものすまし汁	牛乳,豆乳小倉ゼリー
20	火	ごはん,豚肉とピーマンの炒め物,かぼちゃのサラダ,豆腐としめじのみそ汁	牛乳,簡単チーズケーキ
21	水	トマトとひき肉のカレー,おくらスープ,フルーツのヨーグルトあえ	牛乳,かぼちゃのもちもちパン
22	木	<海の日>	
23	金	<スポーツの日>	
24	土	いなり寿司,納豆うどん,フルーツミックス	牛乳,にんじんケーキ
25	日		
26	月	ごはん,白身魚の甘酢あん,ポテトサラダ,豆腐となすのみそ汁	牛乳,豆乳フレンチトースト
27	火	ごはん,肉じゃがカレー味,キャベツの胡麻マヨネーズあえ,小松菜とあげのみそ汁	豆乳ココア,プリン
28	水	マーボーラーメン,メロン	牛乳,野菜蒸しパン
29	木	パン,白身魚のフライ,小松菜とコーンのソテー,野菜のカレースープ	牛乳,ごまだれ団子
30	金	とうもろこしごはん,鶏つくねのあんかけ,ほうれん草のサラダ,じゃがいもえんどうのみそ汁	牛乳,豆乳ババロア,ビスケット
31	土	豚肉のあんかけ丼,もやしとツナのごま酢あえ,厚揚げと大根のみそ汁,キウイフルーツ	牛乳,ごまドーナツ

※りすぐみまでの10時のおやつは「牛乳または豆乳」と「お菓子」です。

どんぐりメニューレシピ

「どんぐり給食メニューのご紹介です。今回はおやつの豆乳ケーキです。子ども達にも、先生達にも大人気なおやつです。なめらかで、さっぱりとしたチーズケーキの味わいです。本格的な豆乳ケーキが、手軽にできますのでぜひご家庭でも作ってみてくださいね。



【材料 子ども1人分】

・豆乳	20.0g
・ゼラチン	1.4g
・水	10.0g
・牛乳	15.0g
・砂糖	10.0g
・ヨーグルト	30.0g
・生クリーム	8.0g
・レモン果汁	2.5g
・バター	3.0g
・ビスケット	10.0g

【作り方】

- 1 溶かしたバターに細かくしたビスケットを混ぜて型に敷き詰める。
- 2 ゼラチンを分量の水で10分ふやかしてから、湯煎で溶かす。
- 3 鍋に牛乳入れ火にかけ人肌位に温め、砂糖、2を加え混ぜる。
- 4 3を火からおろして粗熱をとり、豆乳、ヨーグルト、5～6分立てにした生クリーム、レモン汁を加える。
- 5 1に4を流し入れて冷やす。
- 6 人数分に切り分ける。

☆型に入れて切り分ける作り方ですが、ひとつずつカップに入れて作ってもいいですよ～。